



# ★ファイティングラボ伊那箕輪 10月時間割★

駐車場完備！伊北インターから車で10分！

まるまる0円無料プラン！入会金無料！月謝まるまる2ヶ月間無料！

【営業時間】変動あり、下記ご確認ください。日曜・祭日休館

【クラス難易度】 ★初心者向け ★★★中級者向け ★★★★上級者向け

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
14	20 : 00 open	14:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★	自由練習	14:00 ダイエットボクシング 田口 康彦★	14:00 初心者キックボクシング 田口 康彦★	自由練習	休館日 (徹底消毒日)	14
15		15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★		15:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★	15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★			15
16		16:00 フリートレーニング インストラクター不在		16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在			16
17		初心者キック ボクシング 田口 康彦★		18 : 00 open	ダイエット ボクシング 田口 康彦★			17
18		キッズキック ボクシング 田口 康彦★		初心者キック ボクシング 田口 康彦★	初心者 ボクシング 田口 康彦★			18
19		初心者キック ボクシング 田口 康彦★		初心者 ボクシング 田口 康彦★	初心者 キックボクシング 護身術 田口 康彦★			19
20	20:00 柔術テクニック 吉田 憲司★	フィジカル 田口 康彦	ダイエットキック 田口 康彦★	柔術テクニック 吉田 憲司★	20:00 アシュタンガヨガ初心者 田口 康彦★	中級キック マススバーリング 田口 康彦★★		20
21	寝技スパーリング 吉田 憲司★★	中級キック マススバーリング 田口 康彦★★	寝技スパーリング 吉田 憲司★★			中級キック 石津 豊★★		21
				21:30 クラス終了				

※新型コロナウィルス  
感染予防の為、原則  
お一人様1時間の練習と  
させて頂きます。  
(1クラス45分間)  
※また、人数制限10名までと  
させて頂きます。  
予約は不要ですが、  
万が一定員に達した際は、  
次のクラスまでお待ち頂く  
場合がございます。